

NO!

じっせん
学んで実践!!

食品ロス



日本の
ひなた
宮崎県



年 組 番

名前

食品ロスって何のこと？

みなさんは「食品ロス」って言葉を聞いたことがありますか？
「食品ロス」とは、食べられるのに捨てられてしまう食品のことを言います。

日本では、1年間に約2,531万トンの食品が廃棄されていますが、このうち約600万トンが食品ロスとされているんです！
大きすぎて想像がつかない数字ですが、1人当たり毎日お茶碗1杯分のごはんをムダにしているくらいの量です。

みなさんの周りに食品ロスはありますか？



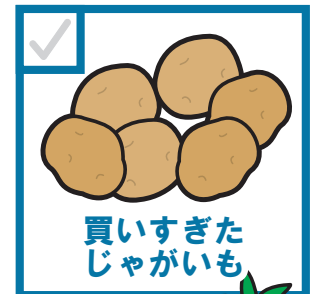
※農林水産省・環境省「平成30年度推計」

もしかしてコレって食品ロスかな？
思い当たることを書き出してみよう！

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____



食品ロスの可能性のある食品をさがしてチェックしてみよう！



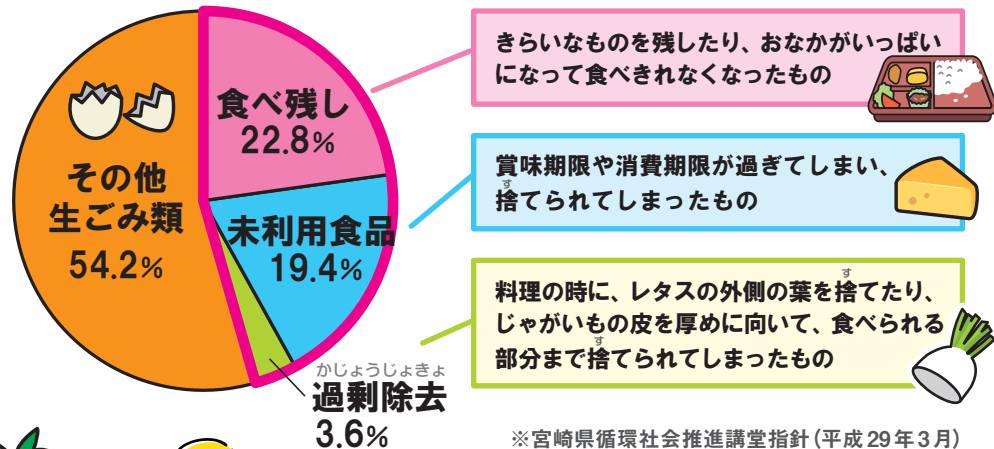
どうすれば食品ロスにならないか
みんなで話し合ってみよう！



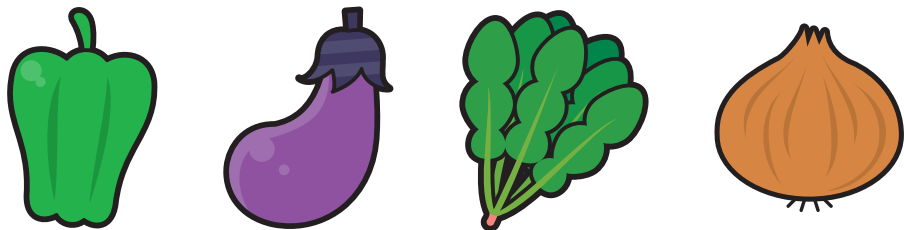
どうして**食品ロス**が出るの？

たくさん出ている食品ロスのうち、家庭から出る食品ロスも多くあります。

家庭から出る生ごみのうち、およそ半分以上が食べ残し、使うことなく捨ててしまう未利用食品、皮のむきすぎなどの過剰除去といった食品ロスなのです！



野菜のどこを切ったらむだなく食べられるかな？線を引いてみよう！



私たちが食べる加工された食品には「賞味期限」または「消費期限」が表示されています。これは食品のいたみやすさによって分けられています。砂糖や塩の様に長期保存ができる食品には、期限が表示されていないものもあります。

賞味期限、消費期限について正しく理解してムダな食品を捨てないようにしましょう！

賞味期限

おいしく食べられる期限です。いたみにくい食品についています。期限が過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。

消費期限

いたみやすい食品についています。期限を過ぎたら食べないようにしましょう。



下のイラストはどちらに当てはまるかな？書き出してみよう！



賞味期限が表示される食品

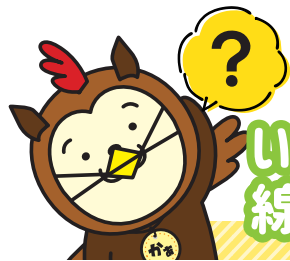
消費期限が表示される食品

いままで捨てていた食品に食品ロスはなかったか思い出してみよう！



食品ロスを出さないために

食品ロスを減らすためには、一人一人が「もったいない」の心をもって、食べ物を最後まで美味しくいただくことが大切です。
 私たちにもできることを考えてみましょう！



いろいろな場面で私たちにできることを
 線でむすんでみよう！

買い物に行く前

- 野菜の皮など余分にむきすぎないようにする。

外食へ行ったとき

- 賞味期限を確認して
 ★ フードバンクに持っていく。

調理するとき

- ★ ドギーバッグをもらって
 おうちで美味しく食べられるようにする。

家やお店で 食材があまったとき

- 家にあるものと同じ食材を
 買わないように冷蔵庫の中身を
 チェックしてメモをする。

外食先で 料理が残ったとき

- おしゃべりに夢中になりすぎて
 料理が余らないように最初の
 30分と最後の10分は料理に
 集中する。



食品ロスをへらすために
 学校や家、外食先で
 他にもできることは何かあるかな？



学校

Blank writing area for school-related ideas.



家

Blank writing area for home-related ideas.



外食先

Blank writing area for outdoor dining-related ideas.

食品ロスを出さないために
 自分にできることから始めよう！！



★ フードバンク

フードバンクとは、まだ食べられるのに様々な理由で処分されてしまう食品を、食べ物に困っている施設や人へ届ける活動のこと。

★ ドギーバッグ

ドギーバッグとは、レストランなどで外食したときの「食べ残し」を持って帰るためのいれもののこと。